

MANNSKAPSLISTE 2023/2024

Denne vinteren skal Frol arrangere Skallrennet 5. juledag, Frolsprinten 17.03. i tillegg til Frolkarusell og en Levangerkarusell som går på onsdager.

Nedenfor er oversikten over planlagte renn med mannskapslister. **Hvis du ikke kan stille på oppsatt dato ønsker vi at du bytter internt eller skaffer en stedfortreder.**

Oppmøte for Frol- og Levangerkarusellene er onsdag kl 17.15 i Frolhytta i Frolfjellet skisenter. Nærmere beskjed om oppmøte vil legges ut i forkant av de øvrige rennene.

2 stk er satt opp på kjøkkenet..

Nr 1 i kjøkkengjengen tar med 2 soddbøtter med vaffelrøre.

Nr 2 i kjøkkengjengen tar med skuffkake, boller eller pizzasnurrer.

FREDAG 29. DESEMBER - SKALLRENNET

| Mannskap: | Funksjon: | Mobil: |
|---|----------------------------|---------------|
| Robert Ressem | Rennleder | |
| Hans Lund Steinar Hemming Jo Langøygaard | Tidtaking | |
| Odd Anders Alstad Stian Sivertsen Tina Larsen Sverre Matberg | Start Mål | |
| Kristian Matberg Jo Severin Matberg | Arena/løyper | |
| Trine Munkeby | Rennkontor/startnr/premier | |
| Astrid Svendgård | Rennkontor/startnr/premier | |
| Ulf Zetterstrøm Sigbjørn Matberg | Parkering | |
| Lene Jacobsen | Kjøkken (ansvarlig) | |
| Ann-Kristin Alstad | Kjøkken | |
| Morten Munkeby Marianne Langøygaard | Speaker | |

LØRDAG 16. SØNDAG 17. MARS - FROLSPRINTEN

| | | |
|--|---|---|
| Mannskap: | Funksjon: | |
| Robert Ressem | Rennleder | |
| Kristian Aune Kristian Matberg Jan Jacobsen | Arena | |
| Hans Lund Sondre Lomsdal Steinar Hemming | Tidtaking | |
| Julie Marie Sivertsen Trine Munkeby Astrid Svendgård | Sekretariat | |
| Rolf Alstad Ulf Zetterstrøm | Start | |
| Lars Sandstad Skjeset Cathrine Alstad | Parkering | Skuffkake/boller/pizzasnurrer |
| Måldommere | Kristian Matberg Jan Jacobsen | |
| Speaker | Kine-Sofie Sandstad Skjeset Eivind Ness-Jensen | |
| Kjøkken | Åshild Gravdal Lena Alstad Marita Jacobsen | Skuffkake/boller/pizzasnurrer 4 l vaffelrøre 4 l vaffelrøre |

ONSDAG 10. JANUAR (FRISTIL)

| | | |
|------------------------------------|---------------------|----------------------|
| Mannskap: | Funksjon: | Mobil: |
| Marte Skoglund Tom-Rune Iversen | Uteansvarlig | 97143430 95061755 |
| Kristoffer Heirsaunet | Tidtaking | 91700560 |
| Lene Ness-Jensen | Tidtaking | 99029911 |
| Mads Kristian Strand | Start/startnummer | 93642035 |
| Ståle Sivertsen | Start/startnummer | 99546011 |
| Kristian Aune | | 91845140 |
| | | |
| Astrid von Heimburg | Kjøkken (ansvarlig) | 48165595 |
| Jørgen Hjulstad Nilsen | Kjøkken | |
| Fridjof Sandstad | Speaker | 90581878 |

ONSDAG 24. JANUAR (KLASSISK)

| Mannskap: | Funksjon: | Mobil: |
|-----------------------------|---------------------|---------------|
| Marte Skoglund | Uteansvarlig | 97143430 |
| Lene Ness-Jensen | Tidtaking | 99029911 |
| Kristoffer Heirsaunet | Tidtaking | 91700560 |
| Bjørn Åge Reinås | Start/startnummer | 90511722 |
| Mads Kristian Strand | Start/startnummer | 93642035 |
| Stian Sivertsen | | 48012365 |
| Sissel Langås Pedersen | Kjøkken (ansvarlig) | |
| Elisabeth Lello Talseth | Kjøkken | 97696150 |
| Kine Sofie Sandstad Skjeset | Speaker | 99573846 |

ONSDAG 07. FEBRUAR (FRISTIL)

| Mannskap: | Funksjon: | Mobil: |
|-----------------------|---------------------|---------------|
| Jan Jacobsen | Uteansvarlig | |
| Lene Ness-Jensen | Tidtaking | 99029911 |
| Kristoffer Heirsaunet | Tidtaking | 91700560 |
| Mads Kristian Strand | Start/startnummer | 93642035 |
| Hermann Leithe | Start/startnummer | 90751149 |
| Marte Haugan | | 91764742 |
| Rolf Alstad | | 97580515 |
| Grete Salater | Kjøkken (ansvarlig) | 95816477 |
| Gro Teodorsen | Kjøkken | |
| Marianne Langøygard | Speaker | 91720057 |

ONSDAG 14. FEBRUAR LEVANGERKARUSELL (KLASSISK)

| Mannskap: | Funksjon: | Mobil: |
|-----------------------|---------------------|---------------|
| Marte Skoglund | Uteansvarlig | 97143430 |
| Lene Ness-Jensen | Tidtaking | 99029911 |
| Kristoffer Heirsaunet | Tidtaking | 91700560 |
| Mads Kristian Strand | Start/startnummer | 93642035 |
| Sondre Lomsdal | Start/startnummer | 99570787 |
| Odd Anders Alstad | | 98068034 |
| Margaret Ness | | 93047157 |
| Laila Indal Sivertsen | Kjøkken (ansvarlig) | |
| Marita Jacobsen | Kjøkken | |
| Eivind Ness-Jensen | Speaker | 91860549 |

ONSDAG 28. FEBRUAR (FRISTIL)

| Mannskap: | Funksjon: | Mobil: |
|-----------------------|-------------------|---------------|
| Marte Skoglund | Uteansvarlig | 97143430 |
| Lene Ness-Jensen | Tidtaking | 99029911 |
| Kristoffer Heirsaunet | Tidtaking | 91700560 |
| Ole Ingar Pedersen | Start/startnummer | 97499498 |
| Mads Kristian Strand | Start/startnummer | 93642035 |

| | | |
|-----------------------|---------------------|----------|
| Lars Sandstad Skjeset | | 91387679 |
| Lene Jacobsen | Kjøkken (ansvarlig) | |
| Ann-Kristin Alstad | Kjøkken | 95191219 |
| Morten Munkeby | Speaker | 90531102 |

ONSDAG 06. MARS (KLASSISK)

| Mannskap: | Funksjon: | Mobil: |
|------------------------|---------------------|---------------|
| Marte Skoglund | Uteansvarlig | 97143430 |
| Lene Ness-Jensen | Tidtaking | 99029911 |
| Kristoffer Heirsaunet | Tidtaking | 91700560 |
| Sigurd Eggen | Start/startnummer | 99530260 |
| Mads Kristian Strand | Start/startnummer | 93642035 |
| Jørgen Hjulstad Nilsen | | |
| Gunnar Alstad | Kjøkken (ansvarlig) | 95919441 |
| Kristian Aune | Kjøkken | |
| Are Skaufel | Speaker | 90546436 |

LØRDAG ELLER SØNDAG 09. ELLER 10. MARS ~~07. APRIL~~ - FROLMESTERSKAPET

| Mannskap: | Funksjon: | Mobil: |
|-----------------------|---------------------|---------------|
| Kristian Matberg | Uteansvarlig | 97696247 |
| Kristoffer Heirsaunet | Tidtaking | 91700560 |
| Lene Ness-Jensen | Tidtaking | 99029911 |
| Mads Kristian Strand | Start/startnummer | 93642035 |
| Astrid von Heimburg | | 48165595 |
| Hermann Leithe | | 90751149 |
| Åshild Gravdal | | 48195649 |
| Sissel Langås | Kjøkken (ansvarlig) | 48030560 |
| Marte Haugan | Kjøkken | 91764742 |
| Arne Talseth | Speaker | 95750889 |